

А.Н.Жмайлик

Центральная районная аптека №136 Волковысского района

Здоровье – это достояние всего общества, которое невозможно оценить. Мы желаем друг другу крепкого здоровья, когда встречаемся или прощаемся, потому что это основа счастливой и полноценной жизни. Доброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планов, преодолению трудностей, дает возможность успешно решать жизненные задачи.

Кто из нас не мечтает укрепить здоровье и продлить отпущенный природой срок жизни? Но жизненный опыт показывает, что обычно заботиться о своем здоровье люди начинают лишь после того, как недуг даст о себе знать. А ведь можно предотвратить эти заболевания в корне, нужно вести здоровый образ жизни.

Работники нашей аптеки уже несколько лет подряд формируют мировоззрение пациента в отношении здорового образа жизни, придерживаясь принципа «не советуй угодное, советуй лучшее».

В торговом зале аптеки оформлен стенд по здоровому образу жизни, где размещены информационные материалы: об эпидситуации по ВИЧ/СПИД на территории Гродненской области, «СПИД не излечим, но избежать болезни можно», кишечным инфекциям, сахарному диабету и его профилактике, ароматерапии, о пользе воды и бани, домашней косметике, «Как не допустить нервный срыв – ведь здоровый образ жизни – это прежде всего спокойствие», «Как вздремнуть или нормально выспаться?», «Минеральный недосол».

Разработаны памятки для населения: «Не дай себя убить» (о борьбе с распространением и употреблением наркотиков); «Как поставить заслон наркомании»; «Профилактика ВИЧ инфекции для мужчин и женщин»; о вреде курения: «Твоя последняя сигарета», «Если Вы курите – бросайте»; «Жизнь в движении»; «Цепной реакции не будет» (как выстроить внутрисемейную оборону против гриппа и ОРВИ); «Осторожно сальмонеллез»; «Осторожно бешенство»; «Защитим детей от инфекции»; «Профилактика ИППП»; «Горечь сладкой жизни» (для больных сахарным диабетом); «Здоровый образ жизни» (описаны основные правила и рекомендации по сохранению и укреплению здоровья); «Укусил клещ? Что делать?»; «Памятка пациенту по правильному обращению с безрецептурными лекарственными средствами»; «Разбился градусник».

Кроме того, совместно с работниками Волковысского зонального ЦГиЭ проводится информационная работа среди населения по формированию здорового образа жизни:

- в учебных заведениях:
  - вечера вопросов и ответов «О роли витаминов и микроэлементов в жизнедеятельности подростков»;
  - дни открытой информации «Здоровое питание»
- в детских дошкольных учреждениях:
  - день здорового питания «Витамины и здоровье детей»
- в санаторно-оздоровительных организациях:
  - дни открытой информации: «Здоровье даром не дается – за него бороться придется», «Роль витаминов и микроэлементов в сохранении остроты зрения»
- в центре социального обслуживания населения:
  - в клубе «Нам года - не беда» проведен круглый стол на тему «Витамины и микроэлементы в жизнедеятельности людей пожилого возраста»
  - игровая программа для детей сирот и их опекунов «Аукцион вредных привычек» с элементами привития здорового образа жизни детям и взрослым (правильное питание, значение витаминов и микроэлементов в жизнедеятельности ребенка и взрослых, соблюдение личной и общественной гигиены, соблюдение правильной осанки).

В районной газете размещались статьи: «Питание – за «круглым столом»», «Секреты здорового питания», «Витамины – сколько и когда?».

Помимо проводимой информационной работы по пропаганде ЗОЖ обеспечиваем население витаминами, биологически-активными добавками к пище, минеральными водами, лечебными парфюмерно-косметическими средствами, предметами ухода, которые тоже помогают людям сохранить свое здоровье.

Реализация этих групп товаров в Волковском районе за 1 квартал 2009 соответственно составила: витамины - 4,8%, БАД - 3,2 %, минеральные воды – 0,01%, предметы ухода и парфюмерно-косметические изделия – 2,7% от общей реализации. Отмечается тенденция роста реализации данных групп товаров.

В аптеке ежедневно проводится консультативный прием посетителей провизором-информатором ЦРА.

Два раза в неделю, по согласованию с главным врачом, медицинский работник Волковской ЦРБ проводит в торговом зале аптеки бесплатное измерение артериального давления всем желающим посетителям аптеки. Результаты измерений АД передаются в районную поликлинику.

Соблюдайте здоровый образ жизни - если Вы хотите:

- сохранить здоровье;
- продлить молодость;
- избежать различных заболеваний;
- воспитать здоровое потомство;
- быть всегда бодрым и веселым;
- любить и радоваться жизни.